



**GAMBARAN POSTUR TUBUH PADA ANAK-ANAK
DAN REMAJA AWAL DI SDN LIMO 1 DEPOK**

KARYA TULIS ILMIAH

ZULFA ANGGRAINI

1610702019

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI D-III FISIOTERAPI

2019



**GAMBARAN POSTUR TUBUH PADA ANAK-ANAK
DAN REMAJA AWAL DI SDN LIMO 1 DEPOK**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Kesehatan**

ZULFA ANGGRAINI

1610702019

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI D-III FISIOTERAPI

2019

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Zulfa Anggraini
NRP : 1610702019
Tanggal : 24 Juni 2019

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 24 Juni 2019

Yang menyatakan,



(Zulfa Anggraini)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta,
saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Zulfa Anggraini
NRP : 1610702019
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : D-III Fisioterapi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Gambaran Postur Tubuh Pada Anak-Anak Dan Remaja Awal di SDN Limo 1 Depok.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : 24 Juni 2019

Yang Menyatakan,



(Zulfa Anggraini)

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh :

Nama : Zulfa Anggraini
NRP : 1610702019
Program Studi : D-III Fisioterapi
Judul Karya Tulis Ilmiah : Gambaran Postur Tubuh Pada Anak-Anak
Dan Remaja Awal Di SDN Limo 1 Depok

Telah berhasil dipertahankan dihadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi D-III Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Sri Yani, SST, FT, M.Si
Ketua Penguji



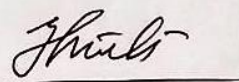
Sunarya, S.Ft
Penguji I



Eko Prabowo, S.Fis, M.Fis
Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Mahyul Sulistiadi, MARS
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Heri Wibisono, AMd, FT, S.Pd, M.Si
Ka. Prodi D-III Fisioterapi

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal ujian : 24 Juni 2019

GAMBARAN POSTUR TUBUH PADA ANAK-ANAK DAN REMAJA AWAL DI SDN LIMO 1 DEPOK

Zulfa Anggraini

Abstrak

Perkembangan dan proporsi tubuh pada manusia erat kaitannya dengan tipe bentuk tubuh di setiap individu. Beberapa faktor yang mempengaruhi dalam menentukan bentuk tubuh seseorang, seperti faktor keturunan, pengaruh gizi, penyakit, dan aktivitas fisik. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran postur tubuh pada anak-anak dan remaja awal di SDN Limo 1 Depok. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas 3 sampai dengan kelas 5 sekolah dasar dengan jumlah responden 82 orang dengan teknik *random sampling*. Parameter yang digunakan adalah *IOWA posture test*. Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan informasi mengenai postur tubuh pada siswa/i SDN Limo 1 Depok yaitu sebesar 96% memiliki postur tubuh yang sedang dan 4% memiliki postur tubuh yang bagus.

Kata Kunci : Tumbuh Kembang Anak, Postur Tubuh, Remaja

DESCRIPTION OF BODY POSTURE TO CHILDREN AND ADOLESCENT IN SDN LIMO 1 DEPOK

Zulfa Anggraini

Abstract

The development and proportions of the body in humans are tied to the shape of the body in each individual. Several factors affect the shape of a person's body, such as influential factors, the influence of nutrition, disease, and physical activity. This research is a descriptive study that discusses the posture of children and early teens at SDN Limo 1 Depok. The population of this study was students from grade 3 to grade 5 in primary schools with a total of 82 respondents using random sampling techniques. The parameter used is the IOWA posture test. Based on the results of research that has been obtained about the posture of the students of SDN Limo 1 Depok that is 96% has moderate posture and 4% has good posture.

Keywords : Child Development, Body Posture, Adolescent

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘Aalamiin, puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas karunia-Nya yang memberi kesehatan dan kemudahan dalam pembuatan tugas akhir ini sehingga terselesaikan. Terimakasih penulis ucapkan untuk semua pihak yang tentunya telah berkontribusi dalam penyusunan tugas akhir ini. Kepada Bapak Heri Wibisono, AMd.FT, S.Pd, M.Si, selaku kepala program studi D-III Fisioterapi UPN “Veteran” Jakarta. Kepada dosen pembimbing akademik Ibu Sri Yani, SST.FT, M.Si selaku pembimbing akademik selama masa perkuliahan. Kepada Bapak Eko Prabowo, S.Fis, M.Fis selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu serta bimbingan dalam penyusunan tugas akhir.

Terimakasih penulis sampaikan juga kepada Kepala Sekolah, Guru, staff dan jajaran SDN Limo 1 Depok yang telah memberikan izin untuk pengambilan data. Kepada Bapak, Mama, Mba dan Delis yang selalu memberikan do’a, semangat dan dukungannya. Kepada Salsabila, Gendhis, Astri, Dylla, Puspa dan Anna atas kerjasama dan kebersamaan selama perkuliahan hingga akhir penyusunan tugas akhir ini. Kepada Fisioterapi’16 yang telah mengisi masa perkuliahan dengan suka dan duka yang dirasakan. Kepada IQAZ, *Vibes*, dan teman-teman semua yang telah memberikan do’a, semangat dan kejutannya.

Akhir kata, semoga kebaikan semua pihak yang terlibat mendapatkan balasan pahala dan keberkahan dari Allah SWT, Aamiin.

Jakarta, 24 Juni 2019

Penulis

Zulfa Anggraini

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN UBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Identifikasi Masalah Penelitian.....	3
I.3 Rumusan Masalah Penelitian.....	3
I.4 Tujuan Penelitian	3
I.5 Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Pertumbuhan Dan Perkembangan.....	5
II.2 Anak.....	6
II.3 Remaja.....	7
II.4 Postur	7
II.5 Penyimpangan Postur Tubuh.....	12
II.6 Kerangka Berfikir	13
II.7 Kerangka Konsep	14
BAB III METODE PENELITIAN.....	15
III.1 Rancangan Penelitian.....	15
III.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian	15
III.3 Penentuan Sumber Data.....	15
III.4 Variabel Penelitian.....	17
III.5 Instrumen Penelitian	18
III.6 Prosedur Penelitian	19
III.7 Analisis Data Penelitian.....	20
BAB IV HASIL DAN DATA PENELITIAN	21
IV.1 Data Demografi	21
IV.2 Data Postur	23
BAB V PEMBAHASAN	26
V.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian	26
V.2 Gambaran Postur Tubuh.....	26
V.3 Keterbatasan Dalam Penelitian.....	28

BAB VI PENUTUP	28
VI.1 Kesimpulan.....	28
VI.2 Saran	28
DAFTAR PUSTAKA	30
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori penilaian IOWA posture test.....	11
Tabel 2	Kriteria Skoring IOWA posture test	11
Tabel 3	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	18
Tabel 4	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	21
Tabel 5	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	22
Tabel 6	Karakteristik Responden Berdasarkan BMI	22
Tabel 7	Karakteristik Responden Berdasarkan Postur Tubuh	23
Tabel 8	Postur Tubuh Berdasarkan Usia	24
Tabel 9	Postur Tubuh Berdasarkan Jenis Kelamin	24
Tabel 10	Postur Tubuh Berdasarkan BMI	25

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Konsep	14
Skema 2	Rancangan Penelitian	15

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Persetujuan Penjelasan Penelitian
Lampiran 2	Informed Consent
Lampiran 3	Surat Keterangan Persetujuan Penelitian Komisi Etik
Lampiran 4	Surat Ijin Penelitian
Lampiran 5	Uji SPSS
Lampiran 6	Dokumentasi Penelitian